



HbA1cとグリコアルブミンの違いって？

今回は血糖コントロールの指標として使用されるHbA1cとグリコアルブミンの違いについて少し解説します。

《HbA1c》

HbA1cは血液中の赤血球に含まれるヘモグロビンとブドウ糖が結合したものを言います。血糖値が高いとヘモグロビンに結合するブドウ糖の量が増えるため、HbA1cの値が高くなります。過去約1～2ヶ月間の平均的な血糖値を反映すると考えられています。そのため、長期間での血糖の管理が可能となります。しかし、急な血糖値の変化を測定することができません。基準値は4.6～6.2%としています。

	コントロール目標値 ^{注4)}		
目標	血糖正常化を目指す際の目標 ^{注1)}	合併症予防のための目標 ^{注2)}	治療強化が困難な際の目標 ^{注3)}
HbA1c (%)	6.0 未満	7.0 未満	8.0 未満

《グリコアルブミン》

グリコアルブミンは血液中のアルブミンというタンパク質にブドウ糖が結合したものを言います。これもHbA1cと同様に血糖値が高いとアルブミンに結合するブドウ糖の量が増えるため、グリコアルブミンの値が高くなります。グリコアルブミンは過去約2週間の平均的な血糖値を反映すると言われています。そのため、HbA1cよりも短期間の血糖値を知ることができます。基準値は12～16%としています。また、グリコアルブミンの値を3で割るとおおよそのHbA1cの値を計算することができます。グリコアルブミンはGAと表記されることもあります。

このようにHbA1cとグリコアルブミンにはそれぞれ特徴がありますが、共通点として直近の食事の影響をほとんど受けないというところです。ですので、日頃の食生活がそのまま検査結果に反映されると言っても過言ではありません。この時期は特に忘年会や新年会などが多くあり、血糖管理が疎かになりがちです。今一度、食生活を見直してみてください！



＜編集後記＞

新年明けましておめでとうございます。
寒い季節ですので、運動不足にも気をつけて
冬を乗り切りましょう。

発行元：市立三次中央病院

糖尿病療養指導チーム

文責：臨床検査技師 今井 李空